PREGHIERA

Ti rendo grazie con tutto il cuore

Durata: 90 MINUTI ca.
Destinatari: GRUPPO DI GIOVANI, LO SCHEMA PUÒ ESSERE ADATTATO ANCHE PER UN TEMPO DI PREGHIERA PERSONALE.
Materiale: MUSICA MEDITATIVA, PENNE E FOGLI, PROIETTORE E PC.

CANTO D'INIZIO

Guida (G): Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo.
Tutti (T): Amen

G.: Il Signore che plasma il nostro cuore perché possiamo imparare da Lui a vivere da figli, sia con tutti voi.
T.: **E con il suo Spirito**

STEP 0: *Preceduti da un amore che ci apre alla gratitudine*

G.: Gratitudine è oggi una parola che rischia di essere scontata o dimenticata. Forse perché praticarla richiede di coltivare un cuore umile. Contrariamente a quanto si potrebbe supporre, la gratitudine evangelica non è il risultato del nostro sforzo. Non sarebbe né grata, né gratuita. È piuttosto il frutto dell'azione preveniente di Dio per noi. Nasce dallo stupore di fronte al suo amore personale riconosciuto all'opera nella storia umana che anche la nostra storia.
A volte, inaspettatamente, la gratitudine ci sorprende e ci inabita. Succede quando - per grazia - comprendiamo che nulla di quanto siamo e possediamo ci è dovuto. È allora che facciamo esperienza di essere debitori gli uni degli altri, uniti, per l'appunto, da un profondo senso di gratitudine. Siamo come uomini e donne che ad un tratto scoprono, con gioia, il dono di appartenersi reciprocamente.

CANTO O CANONE

1° STEP: *La gratitudine è la memoria del cuore*

G.: Lasciamoci interpellare dalla Parola perché la gratitudine divenga sempre più lo stile dei nostri rapporti.

Dal Vangelo secondo Luca (Lc 17,11-19)

[11]Lungo il cammino verso Gerusalemme, Gesù attraversava la Samaria e la Galilea.[12]Entrando in un villaggio, gli vennero incontro dieci lebbrosi, che si fermarono a distanza [13]e dissero ad alta voce: "Gesù, maestro, abbi pietà di noi!". [14]Appena li vide, Gesù disse loro: "Andate a presentarvi ai sacerdoti". E mentre essi andavano, furono purificati. [15]Uno di loro, vedendosi guarito, tornò indietro lodando Dio a gran voce, [16]e si prostrò davanti a Gesù, ai suoi piedi, per ringraziarlo. Era un Samaritano.[17]Ma Gesù osservò: "Non ne sono stati purificati dieci? E gli altri nove dove sono? [18]Non si è trovato nessuno che tornasse indietro a rendere gloria a Dio, all'infuori di questo straniero?". [19]E gli disse: "Àlzati e va'; la tua fede ti ha salvato!".

Lettore (L.1): Il lebbroso è una persona attenta a quello che accade nella sua vita, non dà tutto per scontato non considera tutto dovuto. Questo atteggiamento gli permette di riconoscere con gratitudine che Gesù ha fatto qualcosa di importante per lui, lo ha guarito e ha così restituito dignità alla sua vita. Sente crescere in sé un profondo sentimento di gratitudine che lo spinge a ritornare sui suoi passi per ringraziare colui che ha riconosciuto la sua mancanza e se ne è fatto carico, riscattandola con un dono gratuito e totalmente immeritato.

2° STEP: *Heart block*

L.1: Impariamo a dire "Grazie" a Dio, agli altri. Lo insegniamo ai bambini, ma poi lo dimentichiamo. (Papa Francesco su Twitter, 2014)

L.2: Provare gratitudine e non esprimerla è come incartare un regalo e non donarlo. (William Arthur Ward)

L.3: Che cosa impedisce di aprire il cuore al ringraziamento, perché facciamo sempre così fatica a provarlo? Semplice, la nostra attenzione è quasi sempre focalizzata sui problemi, su ciò che non abbiamo, chiusa nell'egoismo, nell'avidità, nella paura di perdere quanto abbiamo e di doverlo difendere. Eppure è così semplice provare gratitudine, ma è anche altrettanto semplice dimenticarsi di provarla e di emozionarsi delle cose per cui siamo grati. Per certi versi è solo una questione di abitudine: abituarsi ad applicare certi insegnamenti con costanza e ripetizione. I genitori insegnavano un tempo ai loro figli sin da piccoli a ringraziare e li sollecitavano, quando non lo facevano spontaneamente con un "come si dice?" Imparare a essere grati apre le porte a nuove occasioni per essere ancora più grati. (Tita Ferro)

G.: Spesso diamo per scontate proprio le cose che più meritano la nostra gratitudine. Allora conviene chiederci: cosa blocca la mia generosità e la mia capacità di ringraziare? Per che cosa o verso chi faccio più fatica ad essere riconoscente? Ci sono delle situazioni o delle relazioni congelate da cui non mi aspetto nulla e che invece, se affrontate, potrebbero diventare per me un'occasione di ulteriore crescita secondo lo stile del Vangelo?

(Silenzio)

PREGHIERA

Voglio lodarti *(Eric Pearlman)* - A cori alterni

Voglio pregare come il falco con le ali spiegate e il vento che mi tiene in braccio. Voglio lodarti a capofitto nello spazio e galleggiare come un pianeta nel suo angolo di universo.

Perché non mi basterà una vita, non mi basteranno cento anni per esplorare ogni dono, ogni immensità che hai deposto ai piedi del tempo il giorno del mio natale.

Voglio lodarti come il delfino che ricama le acque dell'oceano con traiettorie di allegria.

Benedici il Signore, anima mia, e inventa canzoni e danze, e racconti per non scordare.

Voglio dirti grazie, immenso Dio, perché mi circondi di bontà e misericordia.
Non basterà tutto il male del mondo a farmi tacere.

Non basterà neppure la morte livida e il suo strascico di amarezza. Voglio lodarti senza fine, mio Dio. Voglio lodarti.

3° STEP: *Narrare con gratitudine*

Preghiamo il salmo 136 con diverse modalità.

(Tra solista e assemblea)

L.: Rendete grazie al Signore perché è buono,
T.: perché il suo amore è per sempre.
2 Rendete grazie al Dio degli dèi,
T.: perché il suo amore è per sempre.
3 Rendete grazie al Signore dei signori,
T.: perché il suo amore è per sempre.
4 Lui solo ha compiuto grandi meraviglie,
T.: perché il suo amore è per sempre.
5 Ha creato i cieli con sapienza,
T.: perché il suo amore è per sempre.
6 Ha disteso la terra sulle acque,
T.: perché il suo amore è per sempre.
7 Ha fatto le grandi luci,
T.: perché il suo amore è per sempre.
8 Il sole, per governare il giorno,
T.: perché il suo amore è per sempre.
9 La luna e le stelle, per governare la notte,
T.: perché il suo amore è per sempre.

Ritornello cantato: **Il Signore è la mia forza e io credo in lui, il Signore è il Salvator, in lui confido non ho timor, in Lui confido non ho timor.**

(Coro maschile: 1° prima parte deli versetto; coro femminile: 2° parte del versetto)

2 Rendete grazie al Dio degli dèi,
T.: perché il suo amore è per sempre.
11 Da quella terra fece uscire Israele,
T.: perché il suo amore è per sempre.
12 Con mano potente e braccio teso,
T.: perché il suo amore è per sempre.
13 Divise il Mar Rosso in due parti,
T.: perché il suo amore è per sempre.
14 In mezzo fece passare Israele,
T.: perché il suo amore è per sempre.
15 Vi travolse il faraone e il suo esercito,
T.: perché il suo amore è per sempre.
6 Guidò il suo popolo nel deserto,
T.: perché il suo amore è per sempre.
17 Colpì grandi sovrani,
T.: perché il suo amore è per sempre.
18 Uccise sovrani potenti,
T.: perché il suo amore è per sempre.
19 Sicon, re degli Amorrei,
T.: perché il suo amore è per sempre.
20 Og, re di Basan,
T.: perché il suo amore è per sempre.

Ritornello cantato: **Il Signore è la mia forza.**

PREGHIERA

(spontaneamente)

[1] Diede in eredità la loro terra,
perché il suo amore è per sempre.

[22] In eredità a Israele suo servo,
perché il suo amore è per sempre.

[23] Nella nostra umiliazione si è ricordato di noi,
perché il suo amore è per sempre.

[24] Ci ha liberati dai nostri avversari,
perché il suo amore è per sempre.

[25] Egli dà il cibo a ogni vivente,
perché il suo amore è per sempre.

(Insieme)

[26] **Rendete grazie al Dio del cielo,**
perché il suo amore è per sempre.

Cantiamo il ritornello: **Il Signore è la mia forza**

G.: "La gratitudine, per un credente, è nel cuore stesso della fede: un cristiano che non sa ringraziare è uno che ha dimenticato la lingua di Dio. " (Papa Francesco, Udienza Generale, 13/05/2015). Vogliamo dunque cambiare prospettiva e guardare alla nostra storia fino ad oggi con la lente della gratitudine. In questo tempo di meditazione, siamo invitati a ripercorrere personalmente la nostra storia di salvezza con Dio, riscrivendo con la storia della nostra vita il Salmo 136.

(Tempo di silenzio, musica meditativa di sottofondo)

Piste per la riflessione personale

Essere una persona riconoscente significa saper dare il giusto valore ai gesti altrui perché si comprende cosa c'è dietro il gesto gentile del prossimo. Coltivare la gratitudine ci aiuta a saper cogliere l'attenzione che gli altri ci riservano e la delicatezza con cui si pongono nei nostri confronti.

Faccio memoria dei grandi doni che ho ricevuto: la vita, la famiglia, la Parola, i sacramenti, etc. e mi rendo conto che molto di ciò che ho ricevuto non dipende interamente da me...
Ripensando alle persone che ti hanno aiutato a diventare ciò che sei, verso chi senti di avere un debito di riconoscenza per aver influenzato positivamente la tua vita? Qual è il dono che ti ha lasciato?

Quali circostanze, eventi o strumenti ti hanno facilitato o sostenuto nel tuo cammino di crescita?

Ci sono delle sfide o delle difficoltà che, pur nella fatica, sono state per te momenti di grazia per cui ora ti senti di ringraziare?

RESTITUZIONE

G.: Ciascuno, se lo desidera, ha ora la possibilità di condividere qualcosa di quanto ha gustato nel suo cuore, continuando in modo personale la frase: ***"Signore, ti sono grato per/perché ..."*** oppure ***"Signore, a me dà speranza .. "***. Gli interventi saranno intervallati dal ritornello "Magnificat di Taizè" o da un altro ritornello di lode.

4° STEP: *Inviati a restituire gratuità*

Visione del video "Differenza fra religione e fede" di Alberto Maggi

G.: Gesù ci dice: "gratuitamente avete ricevuto, gratuitamente date" (Mt 10,8). Egli infatti ci propone di vivere - come sottolinea Alberto Maggi - un rapporto nuovo con Dio, non più basato sull'obbedienza a dei precetti o ad una legge, bensì sull'accoglienza di ciò che Dio Padre, nel suo amore, fa per noi. Vogliamo dunque esprimere il nostro desiderio di vivere da credenti, alla misura di Gesù, alimentando l'uno per l'altro un amore simile a quello che Dio ha per noi. Per questo, con il cuore grato e fiducioso ci rivolgiamo al Padre pregando: Padre nostro...

CANTO FINALE

Vinci il male con il bene

Le radici... sanguinanti di Eugène

Mi presento: sono Eugène Muhire Rwigilira, sono nato in Rwanda nel 1987, faccio parte della Comunità di Sant'Egidio fin da adolescente, e nel 2016 sono stato ordinato sacerdote. Sono nato e cresciuto in una famiglia credente cattolica, che mi ha educato alla fede fin da quando ero piccolo. La scoperta della mia vocazione ha avuto due "sorgenti" principali: da una parte le vicende storiche dolorose che colpiscono il Rwanda, in generale, e la mia famiglia, in modo particolare, e dall'altra parte il mio incontro con la Comunità di Sant'Egidio.

Il Rwanda è un paese la cui storia è segnata dal dolore fin dalla colonizzazione e dalla divisione etnica che ne è nata, portando al genocidio perpetrato nei confronti dei Tutsi, nel 1994. Questo genocidio ha colpito in modo pesante la mia famiglia, strappan-